

## Relação entre imagem corporal e estado nutricional de universitários Relationship Between Body Image and Nutritional Status of University Students

Luanda Raquel Alcântara e Silva, Renata Cristina Machado Mendes, Thaís Meirelles de Vasconcelos,  
Soraia Pinheiro Machado Arruda, & Ilana Nogueira Bezerra

*Universidade Estadual do Ceará, Fortaleza, Ceará, Brasil*

O objetivo foi avaliar a percepção e a satisfação da imagem corporal de universitários e sua associação com o estado nutricional. Estudo transversal, realizado com universitários de ambos os sexos, matriculados nos cursos de saúde, no município de Fortaleza, Ceará. Aplicou-se questionário com questões relativas ao sexo, idade, raça/cor da pele, renda familiar, prática de atividade física e avaliação da imagem. Foram aferidas medidas antropométricas de peso, altura, perímetro da cintura e perímetro do quadril. A condição de peso foi classificada com base no Índice de Massa Corporal e Relação Cintura-Quadril. A imagem corporal foi investigada por meio da Escala de Silhuetas para Adultos e para a avaliação da distorção e insatisfação corporal, utilizou-se os valores do Índice de massa corporal “percebido”, “desejado” e “real”. Utilizou-se os testes do Qui-quadrado de Pearson e a regressão de Poisson para avaliar as possíveis associações entre variáveis. Dos 388 universitários, 15,2% estavam satisfeitos com sua imagem corporal e 77,3% apresentou distorção da mesma, 33,5% desejavam ter corpos maiores e 51,3% desejavam ter corpos menores. Os universitários apresentaram elevadas prevalências de distorção (77,3%) e insatisfação (84,8%) com a imagem corporal. O excesso de peso e a obesidade abdominal estiveram associados tanto à distorção como à insatisfação com a imagem corporal. A insatisfação e a distorção da imagem corporal estão associadas ao estado nutricional dos universitários.  
*Palavras-chave:* imagem corporal, estado nutricional, saúde do estudante.

The aim of the study was to evaluate the perception and satisfaction of body image of university students and the association with nutritional status. Cross-sectional study, carried out with university students of both sexes, enrolled in health courses, in the city of Fortaleza, Ceará. A questionnaire was applied with questions related to gender, age, race / skin colour, family income, physical activity and image evaluation. Weight, height, waist circumference and hip circumference were measured. The weight condition was classified based on the Body Mass Index and Waist-Hip Ratio. Body image was investigated using the Adult Silhouettes Scale and for the assessment of body distortion, the values of the "current" and real body mass index were used. Pearson's Chi-square tests and Poisson regression were used to assess possible associations between variables ( $p < 0.05$ ). Of the 388 university students, 15.2% were satisfied with their body image and 77.3% showed distortion, 33.5% wanted to be bigger and 51.3% wanted to be smaller than they appeared. College students had a high prevalence of distortion (77.3%) and dissatisfaction (84.8%) with their body image. Overweight and abdominal obesity were associated with both distortion and dissatisfaction with body image. Dissatisfaction and distortion of body image are associated with the nutritional status of university students, being more evident in females.

*Keywords:* body image, nutritional status, student health.

---

*Contribuições:* LRAS e RCMM trabalharam na coleta, digitação, análise e interpretação dos dados e na redação do manuscrito. TMV participou da interpretação dos dados, redação e revisão final do manuscrito. SPMA e INB coordenaram a pesquisa, participaram das análises e interpretação dos dados e revisão final do manuscrito.

*Contacto:* I. N. Bezerra. Curso de Nutrição, Centro de Ciências da Saúde, Universidade Estadual do Ceará. Av. Dr. Silas Munguba, 1700, Centro de Ciências da Saúde - Campus do Itaperi. Fortaleza, CE 60.714-903, Brasil. Telefone: (85) 3101-9830. Correio eletrônico: ilana.bezerra@uece.br

*Como citar:* Silva, L. R. A., Mendes, R. C. M., Vasconcelos, T. M., Arruda, S. P. M., & Bezerra, I. N. (2021). Relação entre imagem corporal e estado nutricional de universitários. *Revista de Psicologia*, 30(2), 1-9.  
<http://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2021.61139>

## Introdução

A imagem corporal é construída pelo indivíduo por meio de um conjunto de sensações e experiências vivenciadas, desenvolve-se ao longo da vida e sofre influência das interações sociais (Paludo & Dalpobel, 2015). Na sociedade atual a busca pelo corpo ideal é algo crescente (Almeida & Baptista, 2016). O fato do corpo magro ser indicativo de saúde e beleza provoca sentimento de frustração aos que não conseguem alcançá-lo, tornando tais indivíduos mais propícios a apresentarem distorções na percepção da imagem corporal, a qual gera diminuição da autoestima diante do convívio social (Bandeira, Mendes, Cavalcante, & Arruda et al., 2016).

A insatisfação com o corpo está associada a depressão, ansiedade e comportamentos de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares (Gonçalves, Oliveira, Oliveira, Fernandes, & Filho, 2017). Ademais, sabe-se que a influência dos padrões midiáticos é crescente na construção da autoimagem, estando diretamente ligada à preocupação com o corpo e à adoção de práticas estéticas prejudiciais à saúde (Kardova, Machackova, & Smahel, 2020).

A escolha profissional também é identificada como influente sobre a imagem corporal (Cardoso et al., 2020). Estudos mostram que universitários da área da saúde apresentam-se insatisfeitos com sua imagem corporal, mesmo estando com peso adequado, confirmando assim a pressão exercida por certos cursos e profissões, os quais, aliados às perspectivas de um corpo bonito e saudável, podem favorecer distúrbios de imagem, no qual o estado nutricional é um dos principais fatores associados (Frank et al., 2016).

Estudos com universitários mostram que a maioria desta população apresenta estado nutricional dentro da faixa da normalidade, entretanto, quando analisamos o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares em cursos da área da saúde, por exemplo, a distorção e insatisfação com a imagem corporal apresentam níveis elevados. Uma possível explicação desses achados é o fato dessa população se sentir mais cobrada quanto à magreza e achar que esse parâmetro pode agregar valor à sua vida profissional (Bento et al., 2016). Lopes et al. (2017) verificaram que universitárias da área de nutrição apresentaram impressão distorcida para o excesso de peso e que a insatisfação com a imagem

corporal, em diferentes graus, foi prevalente, podendo ser fruto da pressão estética sofrida. Essa pressão pode aumentar o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares e impactar o público que será atendido por tais profissionais futuramente. Sendo assim, este estudo tem como objetivo avaliar a percepção e a satisfação da imagem corporal de estudantes universitários da área da saúde e sua associação com o estado nutricional.

## Métodos

### Tipo e local de estudo

Estudo transversal, realizado com universitários de ambos os sexos, matriculados nos cursos de Ciências Biológicas, Enfermagem, Educação Física, Medicina e Nutrição, da Universidade Estadual do Ceará, no município de Fortaleza, Ceará. A pesquisa faz parte de um estudo maior intitulado: “Promoção de saúde na população jovem: qual o papel da Universidade?”.

### População e amostra

A definição do tamanho da amostra deu-se a partir da recomendação de Cochran (1977) e a seleção dos participantes do estudo foi por conveniência. Para o cálculo do tamanho amostral considerou-se a prevalência de excesso de peso de 50% para maximizar o tamanho amostral (Medronho, Carvalho, Bloch, Luiz, & Werneck, 2009), intervalo de confiança de 95%, erro máximo de 5%, considerando taxa de não resposta de 20% e universo amostral de 1.490 alunos matriculados no primeiro semestre de 2018. Não foram considerados elegíveis estudantes que não estavam matriculados no período de coleta dos dados e aqueles que possuíam idade inferior a 18 anos. A amostra final incluiu 432 acadêmicos, que aceitaram participar após prévia assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

### Coleta e análise dos dados

Os dados foram coletados no primeiro semestre de 2018 por entrevistadores previamente treinados, selecionados entre alunos de iniciação científica da área da saúde da própria universidade e não fizeram parte da amostra. A coleta de dados e a aferição das medidas antropométricas foram realizadas em ambiente reservado, climatizado e individualizado sem causar constrangimento aos participantes.

Aplicou-se questionário com questões sobre sexo, idade, raça/cor da pele, renda familiar, estado civil, curso e semestre, prática de atividade física e avaliação da imagem corporal. Para a análise as variáveis foram categorizadas em: raça (branca e não branca), idade ( $\leq 21$  anos e  $> 21$  anos), renda familiar ( $\leq 5$  salários e  $> 5$  salários).

Foram aferidas medidas antropométricas de peso, altura, perímetro da cintura (PC) e perímetro do quadril (PQ) de acordo com as orientações do Ministério da Saúde (2011). A condição de peso foi avaliada com base no índice de massa corporal (IMC = peso/estatura<sup>2</sup>). O peso foi aferido em balança eletrônica e portátil marca Welmy® capacidade 150 kg. A estatura foi aferida com o auxílio de um estadiômetro portátil Altuxata®, com capacidade de 2,13 m e sensibilidade de 1,0 mm, com o indivíduo na posição de pé, ereto, descalço, encostado no centro do equipamento, com os braços estendidos ao longo do corpo, com a cabeça erguida, posicionado no plano de Frankfurt. O PC e o PQ foram aferidos com fita métrica inelástica Cescorf®, para o PC, circundou-se a fita no ponto médio entre a última costela e a crista ilíaca do entrevistado; e para o PQ, circundou-se a região de maior perímetro entre a cintura e a coxa.

A classificação do estado nutricional foi realizada com base no IMC e na relação cintura quadril (RCQ = PC/PQ) (WHO, 1998). Considerou-se excesso de peso o IMC  $\geq 25$  kg/m<sup>2</sup>, e sem excesso de peso o IMC  $< 25,0$  kg/m<sup>2</sup>, enquanto a RCQ maior que 0,90 entre os homens e maior que 0,85 entre as mulheres indicou obesidade abdominal.

Para identificar o nível de atividade física dos indivíduos, aplicou-se o International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) versão curta, validado para o Brasil (Matsudo et al., 2001) Para a análise estatística, os indivíduos foram categorizados em inativos (sedentários) e ativos (insuficientemente ativos A e B, ativos e muito ativos).

A imagem corporal foi investigada por meio da Escala de Silhuetas para Adultos (Kakeshita, Silva, Zanatta, & Almeida, 2009). Com base nas silhuetas, o entrevistado deveria responder numericamente às questões “Qual figura melhor representa seu corpo atual, como se vê hoje?” e “Qual figura melhor representa o corpo que você gostaria de ter?”. Posteriormente, cada indivíduo foi categorizado em uma das 15 silhuetas com base no seu IMC real (aferido pela equipe).

Para a avaliação da distorção corporal, utilizou-

se os valores do IMC percebido (figura que representa o corpo atual), IMC desejado (figura que representa o corpo que gostaria de ter) e o IMC real (aferido pela equipe). Para a avaliação da percepção subjetiva do tamanho corporal, os indivíduos foram classificados de acordo com a diferença dos valores de IMC percebido (medida de distorção da imagem corporal) e o desejado (medida de insatisfação com a imagem corporal) com relação ao IMC real. Considerou-se que não houve distorção ou insatisfação da imagem corporal quando esta diferença foi igual a zero. O resultado negativo indicou que o indivíduo se percebe ou gostaria de ser menor que de fato é, enquanto um resultado positivo demonstra que o indivíduo se vê ou gostaria de ser maior que a realidade (Anton, Perri, & Riley, 2000). Para as análises os indivíduos foram dicotomizados em “com distorção” ou “sem distorção” e “satisfeitos” ou “insatisfeitos”.

#### Análises estatísticas

As variáveis numéricas foram descritas como média e desvio padrão e as categóricas como proporção (%). O teste do Qui-quadrado foi utilizado para avaliar a relação entre as variáveis sociodemográficas e a insatisfação/distorção com a imagem corporal. A Regressão de Poisson foi utilizada para estimar as razões de prevalência entre insatisfação/distorção com a imagem corporal e o excesso de peso e obesidade abdominal. Os modelos foram ajustados por idade e prática de atividade física. As análises foram realizadas no software Statistical Analysis System (SAS), considerando-se significância estatística de  $p < 0,05$ .

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual do Ceará, sob o parecer nº 2.171.536. A participação na pesquisa foi condicionada à assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

#### Resultados

Foram entrevistados 388 estudantes com idades entre 18 e 60 anos (média = 21,0 anos; DP = 3,1). Destes, 64,7% eram do sexo feminino, 60,3% foram classificados como ativos, 32,2% apresentaram excesso de peso (homens 41% vs. 27,5% mulheres), 77,3% apresentaram distorção da imagem corporal, 33,5% desejavam ser maiores e 51,3% desejavam ser menores do que aparentavam (tabela 1).

Tabela 1

Variável	N	%
Sexo		
Masculino	137	35,3
Feminino	251	64,7
Faixa etária		
≤ 21 anos	244	62,9
> 21 anos	144	37,1
Raça/Cor		
Branca	134	34,5
Não Branca	254	65,5
Renda		
< 5 salários-mínimos	247	74,4
≥ 5 salários-mínimos	85	25,6
Semestre em curso		
1º-2º semestres	202	52,1
3º-7º semestres	117	29,7
8º-9º semestres	69	18,2
IPAQ		
Inativo	154	39,7
Ativo	234	60,3
Percepção		
Sem distorção	88	22,7
Se vê menor	104	26,8
Se vê maior	196	50,5
Satisfação		
Satisfeito	59	15,2
Quer ser menor	199	51,3
Quer ser maior	130	33,5

Nota. Características sociodemográficas da população de estudo. Fortaleza, 2018-2019.

Tabela 2

Variáveis	Satisfeito (%)	Insatisfeito (%)	p-valor
Sexo			
Feminino	14,6	85,4	0,81
Masculino	15,5	84,5	
Faixa etária			
≤ 21 anos	16,8	83,2	0,25
> 21 anos	12,5	87,5	
Renda			
< 5 salários-mínimos	14,6	85,4	0,87
≥ 5 salários-mínimos	15,3	84,7	
Atividade Física <sup>a</sup>			
Inativo	11,7	88,3	0,12
Ativo	17,5	82,5	
Excesso de peso <sup>b</sup>			
Sim	8,0	92,0	0,01
Não	18,6	81,4	
Obesidade abdominal <sup>c</sup>			
Sim	4,1	95,9	0,02
Não	16,8	83,2	

Nota. Características sociodemográficas segundo a satisfação com a imagem corporal de estudantes da área da Saúde de uma universidade pública. Fortaleza, 2018-2019. <sup>a</sup>Inativos (sedentários) e Ativos (insuficientemente ativos, ativos e muito ativos), segundo IPAQ; <sup>b</sup> índice de massa corporal - IMC ≥ 25 kg/m<sup>2</sup>; <sup>c</sup>razão cintura quadril - RCQ > 0,90 para homens e > 0,85 para mulheres.

Tabela 3

Variáveis	Sem distorção (%)	Com distorção (%)	p-valor
Sexo			
Masculino	22,6	77,4	0,99
Feminino	22,7	77,3	
Faixa etária			
≤ 21 anos	21,3	78,7	0,40
> 21 anos	25,0	75,0	
Renda			
< 5 salários-mínimos	25,9	74,1	0,12
≥ 5 salários-mínimos	17,6	82,4	
Atividade Física			
Inativo	23,4	76,6	0,79
Ativo	22,2	77,8	
Excesso de peso <sup>a</sup>			
Não	25,9	74,1	0,03
Sim	16,0	84,0	
Obesidade abdominal <sup>b</sup>			
Não	24,5	75,5	0,03
Sim	10,2	89,8	

Nota. Características sociodemográficas segundo a percepção com a imagem corporal de estudantes da área da Saúde de uma universidade pública. Fortaleza, 2018-2019. <sup>a</sup>Índice de massa corporal - IMC ≥ 25 kg/m<sup>2</sup>; <sup>b</sup>razão cintura quadril - RCQ > 0,90 para homens e > 0,85 para mulheres.

A insatisfação e a distorção da imagem corporal se associaram ao excesso de peso e a obesidade abdominal (tabelas 2 e 3). A razão de prevalência de insatisfação corporal entre os homens com excesso de peso foi de 1,04 (IC95%: 0,90-1,20) em comparação aos estudantes sem excesso de peso, enquanto para os com obesidade abdominal foi 1,18 (IC95%: 1,10-1,28) em comparação aos não obesos. Em relação à distorção da imagem corporal, ao

compararmos os indivíduos com e sem excesso de peso observamos uma razão de prevalência de 1,07 (IC95%: 0,89-1,28) e comparando-se os indivíduos com e sem obesidade abdominal encontramos uma razão de prevalência de 1,18 (IC95%: 0,94-1,48). A associação entre obesidade abdominal e insatisfação corporal se manteve após ajuste por idade e atividade física (tabela 4).

Tabela 4

Desfechos	Sem ajuste	Ajustado idade	Ajustado idade e atividade física
Insatisfação com a imagem corporal			
Excesso de peso	1,04 (0,90-1,20)	1,04 (0,90-1,19)	1,04 (0,90-1,19)
Obesidade Abdominal	1,18 (1,10-1,28)	1,18 (1,09-1,27)	1,18 (1,08-1,27)
Distorção da imagem corporal			
Excesso de peso	1,07 (0,89-1,28)	1,04 (0,87-1,24)	1,04 (0,87-1,24)
Obesidade Abdominal	1,18 (0,94-1,48)	1,13 (0,90-1,42)	1,13 (0,89-1,43)

Nota. Razões de prevalência (RP) e intervalos de confiança (IC 95%), de acordo com modelos não ajustados e ajustados para insatisfação com a imagem corporal e distorção da imagem corporal segundo a presença de excesso de peso e obesidade abdominal em estudantes do sexo masculino da área da Saúde de uma universidade pública. Fortaleza, 2018-2019.

Entre as mulheres, a razão de prevalência de insatisfação corporal e presença de excesso de peso foi de 1,19 (IC95%: 1,09-1,30) em comparação às sem excesso de peso, enquanto entre as com obesidade abdominal foi 1,15 (IC95%: 1,04-1,26) em comparação com as não obesas. A razão de preva-

lência entre distorção da imagem corporal e presença ou ausência de excesso de peso foi de 1,18 (IC95%: 1,04-1,34), enquanto entre distorção da imagem corporal e presença ou ausência de obesidade abdominal foi de 1,20 (IC95%: 1,05-1,36). Essas associações foram mantidas após o ajuste por idade e atividade física (tabela 5).

Tabela 5

Desfechos	Sem ajuste	Ajustado por idade	Ajustado por idade e atividade física
Insatisfação com a imagem corporal			
Excesso de peso	1,19 (1,09-1,30)	1,19 (1,09-1,30)	1,19 (1,09-1,29)
Obesidade Abdominal	1,15 (1,04-1,26)	1,15 (1,04-1,26)	1,13 (1,03-1,24)
Distorção da imagem corporal			
Excesso de peso	1,18 (1,04-1,34)	1,19 (1,05-1,35)	1,19 (1,05-1,35)
Obesidade Abdominal	1,20 (1,05-1,36)	1,21 (1,06-1,38)	1,21 (1,06-1,39)

*Nota.* Razões de prevalência (RP) e intervalos de confiança (IC 95%), de acordo com modelos não ajustados e ajustados para insatisfação com a imagem corporal e distorção da imagem corporal segundo a presença de excesso de peso e obesidade abdominal em estudantes do sexo feminino da área da saúde de uma universidade pública. Fortaleza, 2018-2019.

## Discussão

Observou-se, no presente estudo que a presença de excesso de peso ou obesidade abdominal aumentou a prevalência de insatisfação corporal e a prevalência de distorção da imagem corporal. Entre os homens, houve associação apenas entre obesidade abdominal e insatisfação corporal e entre as mulheres houve associação entre obesidade abdominal e excesso de peso tanto para insatisfação quanto para distorção da imagem corporal.

Indivíduos que possuíam excesso de peso ou obesidade abdominal apresentaram maiores prevalências de insatisfação e de distorção da imagem corporal. Esses achados são corroborados pelo estudo de Alves, Souza, Paiva e Teixeira (2017), que ao estudarem 1.265 acadêmicos, verificaram que 73,6% apresentaram-se insatisfeitos com o próprio corpo, sendo a maior proporção de insatisfação entre os estudantes com excesso de peso (52,3%), dos quais, a maioria era do gênero feminino. Estudos mostram que o excesso de peso constitui-se como fator desencadeante de distorção da imagem corporal (Vargas, Herrera Cantorani, Mauricio, & Annunziato, 2016), sendo frequente o relato de estudantes sobre insatisfação corporal e distorção da imagem (Florencio, Moreira, Silva, & Almeida, 2016).

Na presente pesquisa, verificou-se associação entre a obesidade abdominal e o excesso de peso tanto para a insatisfação como para a distorção da

imagem corporal entre as mulheres. Este fator pode estar relacionado à maior parte da amostra ser composta pelo sexo feminino, no qual é comum o desejo de possuir silhueta menor que a atual, enquanto muitos homens, quando insatisfeitos, anseiam por uma silhueta maior do que a atual (Frank et al, 2016). Estudo desenvolvido em 26 academias do município de Pelotas, Rio Grande do Sul, observou que das 257 frequentadoras, 67,3% afirmaram que o principal motivo de praticar exercícios foi a estética e 63,8% tinham a intenção de fazer cirurgia plástica. Um fator que chama a atenção é que esses resultados também foram observados entre aquelas que se encontravam dentro da faixa de normalidade de IMC (Medeiros, Caputo, & Domingues, 2017). Wang, Liang, Ma, et al. (2018) ao pesquisarem 425 universitárias chinesas, verificaram que apenas 12,9% estavam satisfeitas com sua imagem e que elas apresentaram desejo de serem mais esbeltas, sendo este desejo relacionado à autoestima e a emoções negativas, como depressão, solidão, estresse e ansiedade.

Em relação à obesidade abdominal, pode-se constatar que tanto entre os homens como entre as mulheres a associação com insatisfação corporal foi estatisticamente significativa, o que pode ser devido ao fato da obesidade abdominal ser de mais fácil percepção dentre os que a detêm, sendo perceptível também para o sexo masculino (Andrade et al., 2017; Lima et al., 2018). Estudo realizado na Universidade Federal do Piauí, verificou que, dos

221 entrevistados com idade média de 18,3 anos ( $DP = 0,7$ ), a obesidade abdominal esteve presente em 18% dos homens e 8% das mulheres. Notou-se que as médias de peso, altura e perímetro da cintura foram significativamente maiores no sexo masculino, entretanto, não foi encontrada diferenças estatísticas nas médias de IMC por sexo (Oliveira et al., 2019). Outros aspectos inerentes à vida acadêmica, como o estresse e hábitos alimentares não saudáveis são influenciadores do estado nutricional (Oliveira, Santos, Nascimento, & Santos, 2017), impactando o desenvolvimento de uma imagem corporal saudável, que é fundamental para o bem-estar social, emocional e físico dos indivíduos (Florencio et al., 2016).

Os resultados encontrados demonstraram que 84,8% dos universitários apresentaram insatisfação corporal e 77,3% distorção da imagem corporal, desejando, em sua maioria serem menores do que são. Esse fator pode estar relacionado ao fato de termos avaliado maior número de indivíduos do sexo feminino. Pesquisa realizada com 90 universitárias do curso de Nutrição da Universidade Federal do Piauí, verificou que 20% da amostra apresentou grave distorção de imagem. Observou também que 62,3% das alunas ingressantes e 82,2% das concluintes apresentaram insatisfação com a imagem corporal por apresentarem magreza ou excesso de peso (Lopes et al., 2017). Estudos mostram que as mulheres possuem maior tendência para distorção da imagem corporal (Carvalho, Nunes, Moraes, & Veiga, 2020). Uma das possíveis explicações para tais achados é o fato das mulheres apresentarem maior idealização de um corpo magro como estereótipo de beleza corporal (Souza & Alvarenga 2016), desejando possuir, quando insatisfeitas, uma silhueta menor que a atual, enquanto os homens, quando insatisfeitos, anseiam por uma silhueta maior. Esses achados demonstram a importância de trabalharmos a percepção da imagem corporal entre estudantes da área da saúde, visto que, como profissionais, poderão exercer influência sobre a percepção e os hábitos da população assistida (Moraes et al., 2016).

A prevalência de insatisfação com a imagem corporal é comumente encontrada entre universitários, e se relaciona a fatores como exposição à mídia e redes sociais (Ainett, Costa, & Sá, 2017; Frank et al., 2016; Souza & Alvarenga, 2016), bem como às maiores exigências estéticas inerentes a determinados cursos (Silva et al., 2016). Estudos

mostram que o ingresso na universidade é uma fase de transição no padrão alimentar (Nogueira et al., 2018). Fatores como a grande carga de atividades acadêmicas, a substituição de refeições por lanches rápidos e o estabelecimento de novos comportamentos e relações sociais influenciam a distorção de imagem corporal nos universitários e geram impacto sobre o IMC (Marconato, Silva, & Frasson, 2016; Souza & Alvarenga, 2016). Esses achados reforçam a necessidade da conscientização para a adoção de uma alimentação saudável no ambiente universitário, bem como o incentivo à prática de exercício físico, sobretudo para estudantes com sobrepeso e obesidade (Lopes et al., 2017).

O delineamento transversal do estudo é uma limitação visto que não permite estabelecer relações de causa-efeito. Outra limitação foi o uso do IMC e da RCQ para detectar o estado nutricional dos participantes, devido ao fato de não distinguir composição corporal, não fazendo assim, distinção entre gordura e musculatura. Dessa forma, a ausência de associação entre insatisfação corporal e excesso de peso na amostra masculina, encontrada no presente estudo, pode ser decorrente dessa limitação inerente a essas duas medidas. Destacam-se como pontos fortes do presente estudo a importante relação entre estado nutricional e insatisfação e distorção da imagem corporal em universitários da área da saúde, contribuindo para compreensão da importância de se ampliar olhar sobre os fatores relacionados ao excesso de peso. A originalidade pelo fato de ter sido desenvolvido em estudantes dos cursos da área da saúde, pois serão os futuros profissionais que estarão lidando com essas condições, trazendo importante reflexão sobre mensagens de promoção da saúde da população. Uma vez que a temática sobre imagem corporal e sobre o papel de profissionais da saúde no estigma do peso e na necessidade de ampliar a atuação com ações mais humanizadas e voltadas para a subjetividade de cada indivíduo tem sido cada vez mais estudadas, esse trabalho tem grande potencial para citação. Além disso, esses resultados chamam atenção para a necessidade de se ter um olhar sobre a saúde dos trabalhadores de saúde e destacar a importância do seu cuidado desde a formação, inclusive para evitar o viés do peso na prática clínica (Zaroubi, Samaan, & Alberga, 2021).

A presença de excesso de peso ou obesidade abdominal aumentou as prevalências de insatisfa-

ção e distorção da imagem corporal. Independentemente da idade e da prática de atividade física, as prevalências foram maiores nas mulheres com excesso de peso. Novos estudos devem ser desenvolvidos, com delineamento longitudinal de forma a acompanhar a evolução das percepções relacionadas ao peso corporal e outros fatores associados, como comportamentos alimentares e de estilo de vida, além do próprio peso desses estudantes ao longo da formação acadêmica.

A presença de excesso de peso ou obesidade abdominal aumentou as prevalências de insatisfação e distorção da imagem corporal. Independentemente da idade e da prática de atividade física, as prevalências foram maiores nas mulheres com excesso de peso. Novos estudos devem ser desenvolvidos com o público feminino, a fim de investigar os aspectos relacionados à imagem corporal, para que novas estratégias promotoras de saúde sejam desenvolvidas.

### Referências

- Ainett, W. S. O., Costa, V. V. L., & Sá, N. N. B. (2017). Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em estudantes de nutrição. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, 11(62), 75-85.  
Recuperado de <https://bit.ly/3DUgG2M>
- Almeida, L. L. B. & Baptista, T. J. R. (2016). Análise da imagem corporal de praticantes de atividades físicas em um centro de práticas corporais. *Revista Pensar a Prática*, 19(3).  
<https://doi.org/10.5216/rpp.v19i3.40432>.
- Alves, F., Souza, E., Paiva, C., & Teixeira, F. (2017). Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em universitários. *Cinergis*, 18(3), 204-209.  
<https://doi.org/10.17058/cinergis.v18i3.9037>
- Andrade, I. S., Sousa, B. R., Moitinho, B. G., Macêdo, I. O., Andrade, A. G. F., Facchinetti, J. B., & Duarte, S. F. P. (2017). Associação entre a percepção da imagem corporal com indicadores antropométricos em adolescentes. *Revista Multidisciplinar de Psicologia*, 11(35), 531-541.  
<https://doi.org/10.14295/online.v11i35.755>
- Anton, S. D., Perri, M. G., & Riley, J. R., 3<sup>rd</sup>. (2000). Discrepancy between actual and ideal body images: Impact on eating and exercise behaviors. *Eating Behaviors*, 1(2), 153-160.  
[https://doi.org/10.1016/s1471-0153\(00\)00015-5](https://doi.org/10.1016/s1471-0153(00)00015-5)
- Bandeira, Y. E. R., Mendes, A. L. R. F., Cavalcante, A. C. M., & Arruda, S. P. M. (2016). Avaliação da imagem corporal de estudantes do curso de nutrição de um centro universitário particular de Fortaleza. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 65(2), 168-173.  
<https://doi.org/10.1590/0047-2085000000119>.
- Bento, K. B. M., Andrade, K. N. D. S. Silva, E. I. G., Mendes, M. L. M., Omena, C. M. B., Carvalho, P.G.S., & Schwingel, P. A. (2016). Transtornos alimentares, imagem corporal e estado nutricional em universitárias de Petrolina-PE. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*. 20(3), 197-202.  
Recuperado de <https://bit.ly/3ION8Yb>
- Cardoso, L., Niz, L. G., Aguiar, H. T. V., Lessa, A. C., Rocha, M. E. S., Rocha, J. S. B., & Freitas, R. F. (2020). Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em estudantes universitários. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 69(3), 156-164.  
<http://dx.doi.org/10.1590/0047-2085000000274>
- Carvalho, G. X., Nunes, A. P. N., Moraes, C. L., & Veiga, G. V. (2020). Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em adolescentes. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(7), 2769-2782.  
<https://doi.org/g88x>
- Cochran, W. G. (1977). *Sampling techniques* (3<sup>a</sup> ed.). New York, New York: John Wiley.
- Florencio, R. S., Moreira, T. M. M., Silva, M. R. F., & Almeida, I. L. S. (2016). Overweight in young adult students: the vulnerability of a distorted self-perception of body image. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 69(2), 237-44.  
<https://doi.org/10.1590/0034-7167.2016690208i>
- Frank, R., Claumann, G. S., Pinto, A. D. A., Cordeiro, P. C., Felden, E. P. G., & Pelegrini, A. (2016). Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em acadêmicos de educação física. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 65(2), 161-167.  
<http://doi.org/10.1590/0047-2085000000118>
- Gonçalves, P. S. P., Oliveira, G. L., Oliveira, T. A. P., Fernandes, P. R., & Filho, J. F. (2017). Avaliação da satisfação com a autoimagem corporal em bailarinas. *Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício*, 11(66), 301-308.  
Recuperado de <https://bit.ly/3pXRTGk>
- Kakeshita, I. S., Silva, A. I. P., Zanatta, D. P., & Almeida, S. S. (2009). Construção e fidedignidade teste-reteste de escalas de silhuetas brasileiras para adultos e crianças. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 25(2), 263-270.  
<https://doi.org/btx5h6>
- Kvardova, N., Machackova, H., & Smahel, D. (2020). The direct and indirect effects of online social support, neuroticism, and web content internalization on the drive for thinness among women visiting health-oriented websites. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), 2416.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph17072416>

- Lima, F. E. B., Drummond, A. C., Bigai, D. C., Pellegrinotti, I. L., Lima, W. F., Lima, S. B. S., & Lima, F. B. (2018). Insatisfação corporal e percepção da imagem corporal em adolescentes de Piraju-SP. *Biometria*, *12*(1), 23-35.  
Recuperado de <https://bit.ly/3yfThEj>
- Lopes, M. A. M., Paiva, A. A., Lima, S. M. T., Cruz, K. J. C., Rodrigues, G. P., & Carvalho, C. M. R. G. (2017). Percepção da imagem corporal e estado nutricional em acadêmicas de nutrição de uma universidade pública. *Demetra: Alimentação, Nutrição e Saúde*, *12*(1), 193-206.  
<https://doi.org/10.12957/demetra.2017.22483>.
- Marconato, M. S. F., Silva, G. M. M., & Frasson, T. Z. (2016). Hábito alimentar de universitários iniciantes e concluintes do curso de nutrição de uma universidade do interior paulista. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, *10*(58), 180-188.  
Recuperado de <https://bit.ly/31Z31dC>
- Matsudo, S., Araújo, T., Matsudo, V., Andrade, D., Andrade, E., Oliveira, L. C., & Braggion, G. (2001). Questionário internacional de atividade física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*, *6*(2), 5-18.  
Recuperado de <https://bit.ly/31P1XcJ>
- Medeiros, T. H., Caputo, E. L., & Domingues, M. R. (2017). Insatisfação corporal em frequentadoras de academia. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, *66*(1), 38-44.  
<https://doi.org/10.1590/0047-2085000000148>
- Medronho, R., Carvalho, D. M., Bloch, K. V., Luiz, R. R., & Werneck, G. L. (2009). *Epidemiologia*. São Paulo, Brasil: Atheneu.
- Ministerio de Saúde. (2011). Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde: Norma Técnica do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional. Brasília, Brasil: Ministério da Saúde, 2011.  
Recuperado de <https://bit.ly/3dMEifk>.
- Moraes, J. M. M., Oliveira, A. C., Nunes, P. P., Lima, M. T., Abreu, J. A., & Arruda, S. P. (2016). Fatores associados à insatisfação corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares entre estudantes de nutrição. *Revista de Pesquisa em Saúde*, *17*(2), 106-111.  
Recuperado de <https://bit.ly/3pXYRLu>
- Nogueira, P. S., Ferreira, M. G., Rodrigues, P. R. M., Muraro, A. P., Pereira, L. P., & Pereira, R. A. (2018). Longitudinal study on the lifestyle and health of university students (ELESEU): Design, methodological procedures, and preliminary results. *Cadernos de Saúde Pública*, *34*(4).  
<https://doi.org/10.1590/0102-311x00145917>
- Oliveira, C. M., Santos, C. R. B., Nascimento, H. S., & Santos, I. P. G. (2017). Ambientes alimentares universitários: percepções de estudantes de nutrição de uma instituição de ensino superior. *Demetra, Alimentação, Nutrição e Saúde*, *12*(2), 431-445.  
<https://doi.org/10.12957/demetra.2017.26799>
- Oliveira, I. K. F., Machado, E. B., Sousa, R. R., & Paiva, A. A. (2019). Consumo de alimentos ultraprocessados e obesidade abdominal em adolescentes universitários. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, *11*(16), e1574.  
<https://doi.org/10.25248/reas.e1574.2019>
- Paludo, J. & Dalpubel, V. (2015). Imagem corporal e sua relação com o estado nutricional e a qualidade de vida de adolescentes de um município do interior do Rio Grande do Sul. *Nutrire*, *40*(1), 1-9.  
<https://doi.org/10.4322/2316-7874.001067>
- Silva, G. R., Terra, G. D. S. V., Tavares, M. R., Neiva, C. M., Bueno, J. M., Marinho, C. F., Forsan, C. M., & Paiva, M. A. (2016). Imagem corporal e estado nutricional de acadêmicas do curso de Nutrição de universidade particular de Alfenas. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, *56*(10), 165-174.  
Recuperado de <https://bit.ly/3dRTHuQ>
- Souza, A. C. & Alvarenga, M. S. (2016). Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários – Uma revisão integrativa. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, *65*(3), 286-299.  
<https://dx.doi.org/10.1590/0047-2085000000134>
- Vargas, L. M., Herrera Cantorani, J. R., Mauricio, L. K., & Annunciato, S. K. L. (2016). Nível de atividade física de estudantes universitários com e sem distúrbio da imagem corporal. *Pensar a Prática*, *19*(1), 169-181.  
<https://doi.org/10.5216/rpp.v19i1.35220>
- Zaroubi, L., Samaan, T., & Alberga A. S. (2021). Predictors of weight bias in exercise science students and fitness professionals: A scoping review. *Journal of Obesity*, 2021, 5597452.  
<https://doi.org/10.1155/2021/5597452>
- Wang, K., Liang, R., Ma, Z. L., Chen, J., Cheung, E., Roalf, D. R., Gur, R. C., & Chan, R. (2018). Body image attitude among Chinese college students. *Psychiatry Journal*, *7*(1), 31-40.  
<https://doi.org/10.1002/pchj.200>
- WHO, World Health Organization. (1998). *Obesity: Preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO Consultation on Obesity*. Geneva, Switzerland.

Data de recebimento: 24 de fevereiro de 2021

Data de recebimento da recepção 1: 22 de março de 2021

Data de recebimento da recepção 2: 23 de agosto de 2021

Data de aceitação: 2 de setembro de 2021